

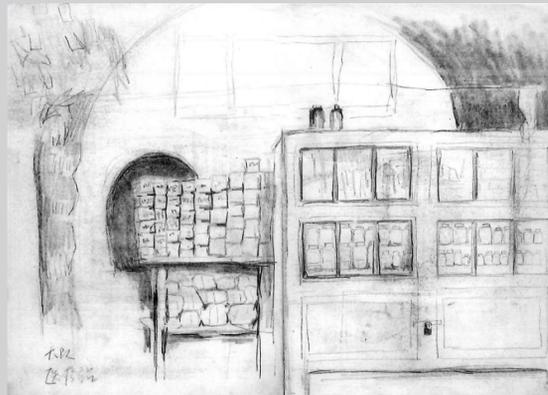
走过青春



邢仪眼中的陕北



大队合作医疗站



合作医疗站的药房



军医治病



听广播

每当回想起在黄龙插队时光，最难忘的就是在知青点里做饭的那段经历。初到队里，我们谁都没有做大锅饭的经验，于是队里便安排了一位政治可靠的女社员来教我们。渐渐地，我们学会了烧柴灶、发面蒸馍、熬大锅粥等基本技能。

过年时，我掌握了切海带丝的秘诀。切海带时，我将四指并拢，把煮过的软海带一圈圈紧紧地绕在手指上，然后慢慢抽出手指再切。这样切出来的海带丝又细又长，几乎与一整条海带的长度相当。盛菜时，同学们都得把手举得老高才能把海带舀到碗里，然后像吃面条一样吸溜着吃。大家都好奇地问我是怎么切得这么长的，我打趣地说：“嫌长就站到凳子上去捞呗。”当然，切海带的秘诀，我始终守口如瓶。

那时，吃饭也是我们最开心的时光，大家谈天说地，互相打趣。由于面条汤总是过稀，有同学总结出“要想盛面条，就慢上勺”的经验；还有同学羡慕别人吃饭快，总结出人家“嘴

小眼大”的特点。然而，遗憾的是，一年后，连稀面条汤都成了奢望。

初到生产队时，给大家做饭也算出工，队里还给记工分。但时间一长，社员们就有了意见，队里也渐渐表示不愿意再承担我们做饭的工分。最后决定，由一个同学在每晌的中间休息时回去做饭，队里只承担后半晌的工分。然而，这样的安排也无人愿意接手，因为前半晌干活时间较长，休息后再干一会儿就收工了。回去做饭时间非常紧张，大家在伙房外等着吃饭，而做饭的人在里面忙得满头大汗，这种滋味确实不好受。

尽管大家极力推选我，但我心里其实并不愿意。然而，架不住大家的好言相劝，我最终还是答应先试试。从此，我便开始用后半晌的时间做十几个人的饭。同学们轮流担水、劈柴，我来负责做饭。

大约是下乡的第二年，知青的粮、油配给就断了，我们每天只能吃黄馍馍和咸盐炒洋芋。一天，我正

在做午饭时，一位男同学兴高采烈地走进了伙房，居然带来了生大油和带鱼。他怎么买到那五斤猪肉和咸带鱼，我们不得而知。那时，这些稀罕物在北京也很难买到。

那天晚饭，我把带鱼蒸了给大家吃，大家都赞不绝口。饭后，我又高高兴兴地把五斤大油炼好，心想这下起码一个月不用再吃盐炒洋芋了。我把炼好的大油盛到一个瓦罐里，因为还有点热，就放在案板上晾着。然而，第二天一进伙房门，我就傻眼了！盛油的罐子空空如也，仿佛被水洗过一般。我顿时五雷轰顶，不知如何向同学们交代，更对不起那位自己掏钱给大家买油买鱼的男同学，我懊悔自己为什么没有盖好盖子。

同学们来了，见此情况却没有一句责备和埋怨，但我自己的心里越发内疚。由于这次失误，我向大家提出了辞职，但并未被批准。自责的心情让我总是在想，这漫长的做饭之路何时才是个头啊！

直到同学们相继招工离开，我们最后两位同学被合并到吉家河知青点时，我的做饭经历才算结束，也才真正享受到了“饭来张口”的待遇。在吉家河知青点期间，腌的洋白菜非常好吃。一缸菜吃完后，做饭的同学才告诉驻队的北京干部说曾在腌菜缸里捞过一只死老鼠。而北京干部却只是淡淡地说：“没事儿，你别说就行了。”

是呀，如果当时大家知道了会怎么样呢？本来就没吃的，不吃这吃什么呢？还是不知道为好。现在想想，“眼不见为净”还是有一定道理的。那些过往之事，如今都成了笑谈。

插队的日子虽然艰辛而漫长，但它却丰富了我們的人生经历，磨练了我们的意志。我们充分认识了农村和农民，体会到了“粒粒皆辛苦”的艰辛，也享受到了“天道酬勤”的快乐。更重要的是，我懂得了“饭来张口”的来之不易，学会了人生独立生活的第一基本技能。这段“做饭”的经历，让我受用一生。

关于馒头的回忆

李连科

逢年过节，或是家人团聚的日子，妈妈总是提前蒸了一锅又一锅白花花的馒头，它总是默默守候在餐桌上，它见证了家庭的温馨与和谐，是连接过去与现在的纽带。

如今白面馒头随便吃，再也不是什么稀罕食品，什么时候想吃就什么时候吃，但却怎么也吃不出当年的那股味道来，好的东西吃多了都会有这个感觉。现在超市、市场到处都有卖馒头的摊位，可没有吸引人的感觉，看着都不香。何况附加了那么多的化学添加剂，失去了原来馒头的麦香。当我再次品尝这样的馒头，心中总会涌起淡淡的忧伤与怀念。我怀念那个纯真的年代，怀念那片土地上人们脸上洋溢的丰收的喜悦和笑容。

白面馒头，不仅仅是餐桌上的美味，更是家人团聚的象征。过去

在如今这喧嚣的世界里，人们再难以保持清贫，一碗清粥，搭配几个馒头、一碟青菜，哪怕是一碟炒水疙瘩，甚至是一块酱豆腐，抹上点芝麻酱蘸白糖，便是最质朴、最纯粹的幸福，更是承载着温暖与爱的记忆符号。

后来我跟着妈妈学会了蒸馒头，从发面到使碱一气呵成。自己蒸的馒头还保持着原生态的馒头味，白白胖胖的招人喜欢。这种习惯一直保持至今，吃到我自己蒸的馒头的人都赞不绝口，我也乐此不疲，经常蒸好送给亲人朋友。由此衍生的蒸花卷、豆包、包子都没有难住我，什么学会都是自己学的。也只有我们这代人对一个馒头这么情有独钟，如数家珍，娓娓道来，讲出这么多关于馒头的事情来。

大岭迷路留下的感动

蒙彦彬

却疲惫，边吃边往军用挎包里装，准备给同学们带回去。可越走越累，李子被率先丢弃。

翻越大岭后，雨停了，我们饥寒交迫。深山之中，初见一户人家，简陋而原始，大人小孩头发蓬乱，见我们如见怪物，逃回屋内。我们困惑不解，猜想他们或许未曾见过雨衣，或许对山外来客心存畏惧。

历经六七个小时的跋涉，我们终于抵达一个较大的村落，似曾相识，心生欢喜。走进一家湿漉漉的院子，主人热情相迎，请我们进屋、脱鞋、上炕，然后端来炭火，让我们烤干湿衣服，品尝了玉米粥、玉米馍、酸菜和红枣。主人的孩子好奇地看着我们伸手欲拿红枣，却被父亲喝止。在当时的陕北，红枣可是稀罕物件，没有贵客是见不到的，我们深感陕北老家的醇厚与淳朴。

然而，谈话中才知道我们走错了路，“你们咋走到这道川里来了？还隔着一道梁呢。”心情顿时沉重。当机立断，返回岔路口。幸运的是，我们在那里稍作休息，填饱了肚子，还烤干了被雨水打湿的衣服。

天黑如墨，树林怪声不断，我们紧跟手电筒的微光，急匆匆前行。刘金荣和男生们较为镇定，不时地鼓励我们：“前面快到了！”

那个年代，生活环境相对安宁，而我们正值十七八岁的青春年华，满怀着“初生牛犊不怕虎”的勇气，一路疾驰，终于在夜幕降临之前抵达了岔路口。望见另一条小路上，社员们在泥泞中留下的深深的足迹，我们心里顿时踏实多了，于是，我们沿着这些脚印，重新踏上归家的路途。

一条河横亘眼前，我们心生喜悦，知道离家已近。然而，木桥被水淹没，我们相互搀扶，勇敢踩过齐腰深的河水。山区的夜黑如漆，我们仍在前行。

终于，我们看到了火把的光亮，大队部到了！我们激动不已，加快脚步，与等待我们的队干部、社员和知青紧紧相拥，他们紧握我们的手，传递着温暖与关怀。得知队长因担心我们而焦急等待，甚至落泪，我们更加感动。

后来，有人告诉我们，县里开会

的人返回后，发现我们不在，队长立刻焦急起来。由于天色已晚且仍未收到我们的消息，他再也坐不住了，紧急召集队干部商讨对策。他们用有线广播，沿途通知各生产队一旦发现我们的足迹就立即收留。然而，长时间没有我们的确切消息，队长显得沮丧至极，他坐在地上，拍着大腿，难掩悲伤，生怕我们遭遇野兽袭击。有人传来我们已安全返回的消息，他才来了精神，猛地从地上跃起，尽管裤子上沾满了泥土，也顾不得了。他立刻吩咐人去家里取来几个馍，准备给我们充饥。

此次经历于我而言是一次惊险的旅行，一次锻炼，一次有趣的回忆。随着时间的推移，每当忆起迷路这件事，最主要的是感动。为那家素不相识却真心帮助我们的人而感动，为乱石滩队干部、社员午夜等待我们而感动，为大队长的真情流露而感动。

那道川，那家人的名字，我已忘却，但大岭上陕北乡亲的善良、醇厚、淳朴和对知青的厚爱，却永远铭刻在我的心中。

时光

醉人的延安苹果

宋莉萍

前些日子，我收到延安朋友寄来的两箱苹果，上下两层，是九宫格嵌人的，共计十八颗苹果，承载着他们深深的心意，让我在成都的冬天里感受到了如同阳光般温暖的情谊。

这几年间，每到苹果收获的季节，我都能收到延安的苹果，朋友们总是不声不响地给我寄来苹果，快递接踵而至。若不是我多次婉拒，恐怕收到的苹果都能堆成一棵小果树了。

我对延安苹果情有独钟。七年前，我的爱人长眠于延安，从此，延安便成了我心中的第二故乡。也因此，我对家乡甘肃静宁红富士的喜爱便“移情”于延安苹果，这

份偏爱并非源于味觉的改变或品种的差异，而是纯粹出于内心深处对那片土地和那段记忆的爱。

我爱延安苹果，不仅因为它的味美，更因为它背后的故事。我的朋友在延安，他们来自各行各业，却因相似的三观而走到一起，共同经历了欢笑与泪水，彼此扶持，共同成长。这份被宠溺的爱，让我倍感幸福。

延安苹果，作为中国航天员的特供果品，长相俊美，个头适中，完美匹配太空的氛围和温度。即便放在普通人的餐桌上，它有如珍稀瑰宝般令人不忍下口，其红里透粉的外观和美味的果肉深深吸引着每一个人。我欣喜地看到，延安苹果区域公用品

牌升级战略规划发布暨宣传推介活动在北京成功举办，旨在将延安苹果打造成为世界品牌和千亿产业，为延安实现经济腾飞奠定了坚实的基础。

延安苹果，还是一份具有象征意义的祝福。它寓意着“平安”，让秋天的果实走进寒冷的冬日，走进千家万户，跨越山海，与圣诞节相拥，让世界各地的人们都能品尝到这份温暖的的味道，体验到黄土高原的风情。

延安苹果，是几代人努力奋斗的结果，是代代传承培育的硕果。它不仅是果农发家致富的根基，更在2018年注册成为国家地理标志证明商标，彰显了其独特的品质和价值。

延安苹果之所以美味，得益于延安地区深厚的地层、充足的光照和昼夜温差大的自然条件。这些独特的自然资源优势，造就了延安苹果色泽艳丽、脆甜可口和易贮存、无污染的特点。

在冬日的阳光下，我泡上一杯咖啡，将半只带皮的延安苹果放入果盘，这份人间美味瞬间让秋天的气息弥漫开来，与冬日的温暖交织在一起，让我沉醉其中，幸福感油然而生。

我爱延安苹果，我爱延安这片土地，我爱延安的朋友们，我爱在延安长眠的爱人。这份因爱而生的情感，给予我无尽的力量，让我不畏过往，不惧将来。

